

مجلة الذكوات البيض المحكممة

## الذكوات البيض

اسم مشتق من الذكوة وهي الجمرة الملتهبة والمراد بالذكوات  
الربوات البيض الصغيرة المحيطة بمقام أمير المؤمنين علي بن أبي  
طالب {عليه السلام}

شبهها لضيانها وتوهجها عند شروق الشمس عليها لما فيها  
موضع قبر علي بن أبي طالب {عليه السلام}  
من الدراري المضيئة

{در النجف} فكأنها جمرات ملتهبة وهي المرتفع من الأرض، وهي ثلاثة  
مرتفعات صغيرة نتوءات بارزة في أرض الغري وقد سميت الغري باسمها،  
وكلمة بيض لبروزها عن الأرض. وفي رواية إنَّها موضع خلوته أو إنَّها  
موضع عبادته وفي رواية أخرى في رواية المفضل عن الإمام الصادق  
{عليه السلام} قال: قلت: يا سيدي فأين يكون دار المهدي ومجمع  
المؤمنين؟ قال: يكون ملكه بالكوفة، ومجلس حكمه جامعها وبيت  
ماله ومقسم غنائم المسلمين مسجد السهلة وموضع خلوته  
الذكوات البيض

تُعد بالبحوث والدراسات الإنسانية والفكرية والاجتماعية  
تصدر عن دائرة البحوث والدراسات  
ديوان الوقف الشيعي



# الذِّكْرُ الْبَيْضُ



مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ فِكْرِيَّةٌ فَصَلِيَّةٌ مُحْكَمَةٌ تُصَدَّرُ عَنْ  
دَائِرَةِ الْبُحُوثِ وَالدرَّاسَاتِ فِي دِيْوَانِ الْوَقْفِ الشِّيعِيِّ



العدد ( ١٨ ) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق (١١٢٥)

الرقم المعياري الدولي ISSN 2786-1763

# الذَّكْوَانُ الْبَيْضُ



التدقيق اللغوي

م.د. مشتاق قاسم جعفر

الترجمة الانكليزية

أ.م.د. رافد سامي مجيد

العدد ( ١٨ ) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

عمار موسى طاهر الموسوي  
مدير عام دائرة البحوث والدراسات

رئيس التحرير

أ.د. فائز هاتو الشرع

مدير التحرير

حسين علي محمد حسن الحسيني

هيئة التحرير

أ.د. عبد الرضا بجمية داود

أ.د. حسن منديل العكيلي

أ.د. نضال حنش الساعدي

أ.د. حميد جاسم عبود الغرايبي

أ.م.د. فاضل محمد رضا الشرع

أ.م.د. عقيل عباس الريكان

أ.م.د. أحمد حسين حيال

أ.م.د. صفاء عبدالله برهان

م.د. موفق صبري الساعدي

م.د. طارق عودة مري

م.د. نوزاد صفر بخش

هيئة التحرير من خارج العراق

أ.د. نور الدين أبو لحية / الجزائر

أ.د. جمال شلبي / الاردن

أ.د. محمد خاقاني / إيران

أ.د. مها خير بك ناصر / لبنان

# الذَّكْوَاتُ الْبَيْضُ

مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ فِكْرِيَّةٌ فَصَلِيَّةٌ مُحْكَمَةٌ تَصَدَّرُ عَنْ  
دَائِرَةِ الْبَحْوثِ وَالدرَّاسَاتِ فِي دِيْوَانِ الْوَقْفِ الشَّيْخِيِّ



العدد ( ١٨ ) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

العنوان الموقعي

مجلة الذكوات البيض

جمهورية العراق

بغداد / باب المعظم

مقابل وزارة الصحة

دائرة البحوث والدراسات

الاتصالات

مدير التحرير

٠٧٧٣٩١٨٣٧٦١

صندوق البريد / ٣٣٠٠١

الرقم المعياري الدولي

ISSN ٢٧٨٦-١٧٦٣

رقم الإيداع

في دار الكتب والوثائق (١١٢٥)

لسنة ٢٠٢١

البريد الإلكتروني

إيميل

[off\\_research@sed.gov.iq](mailto:off_research@sed.gov.iq)

[hus65in@gmail.com](mailto:hus65in@gmail.com)

## دليل المؤلف

- ١- أن يتسم البحث بالأصالة والجدة والقيمة العلمية والمعرفية الكبيرة وسلامة اللغة ودقة التوثيق.
  - ٢- أن تحتوي المصفحة الأولى من البحث على:
    - أ. عنوان البحث باللغة العربية .
    - ب. اسم الباحث باللغة العربي، ودرجته العلمية وشهادته.
    - ت. بريد الباحث الإلكتروني.
    - ث. ملخصان: أحدهما باللغة العربية والآخر باللغة الإنكليزية.
    - ج. تدرج مفاتيح الكلمات باللغة العربية بعد الملخص العربي.
  - ٣- أن يكون مطبوعاً على الحاسوب بنظام (office Word) ٢٠٠٧ أو (٢٠١٠) وعلى قرص ليزري مدمج (CD) على شكل ملف واحد فقط (أي لا يُجزأ البحث بأكثر من ملف على القرص) وتُرَوَّد هيئة التحرير بثلاث نسخ ورقية وتوضع الرسوم أو الأشكال، إن وجدت، في مكانها من البحث، على أن تكون صالحة من الناحية الفنية للطباعة.
  - ٤- أن لا يزيد عدد صفحات البحث على (٢٥) خمس وعشرين صفحة من الحجم (A4).
  ٥. يلتزم الباحث في ترتيب وتنسيق المصادر على الصيغة APA
  - ٦- أن يلتزم الباحث بدفع أجرة النشر المحددة البالغة (٧٥,٠٠٠) خمسة وسبعين ألف دينار عراقي، أو ما يعادلها بالعملة الأجنبية.
  - ٧- أن يكون البحث خالياً من الأخطاء اللغوية والنحوية والإملائية.
  - ٨- أن يلتزم الباحث باحطوط وأحجامها على النحو الآتي:
    - أ. اللغة العربية: نوع الخط (Arabic Simplified) وحجم الخط (١٤) للمتن.
    - ب. اللغة الإنكليزية: نوع الخط (Times New Roman) عناوين البحث (١٦). والملخصات (١٢)أما فقرات البحث الأخرى: فبحجم (١٤) .
  - ٩- تكون مسافة الحواشي الجانبية (٢,٥٤) سم، والمسافة بين الأسطر (١) .
  - ١٠- في حال استعمال برنامج مصحف المدينة للآيات القرآنية يتحمل الباحث ظهور هذه الآيات المباركة بالشكل الصحيح من عدمه، لذا يفصل النسخ من المصحف الإلكتروني المتوافر على شبكة الانترنت.
  - ١١- يبلغ الباحث بقرار صلاحية النشر أو عدمها في مدّة لا تتجاوز شهرين من تاريخ وصوله إلى هيئة التحرير.
  - ١٢- يلتزم الباحث بإجراء تعديلات المحكمين على بحثه وفق التقارير المرسله إليه وموافاة المجلة بنسخة معدّلة في مدّة لا تتجاوز (١٥) خمسة عشر يوماً.
  - ١٣- لا يحق للباحث المطالبة بمطالبات البحث كافة بعد مرور سنة من تاريخ النشر.
  - ١٤- لا تعاد البحوث الى أصحابها سواء قبلت أم لم تقبل.
  - ١٥- تكون مصادر البحث وهوامشه في نهاية البحث، مع كتابة معلومات المصدر عندما يرد لأول مرة.
  - ١٦- يخضع البحث لتقوم السري من ثلاثة خبراء لبيان صلاحيته للنشر.
  - ١٧- يشترط على طلبة الدراسات العليا فصلاً عن الشروط السابقة جلب ما يثبت موافقة الأستاذ المشرف على البحث وفق النموذج المعتمد في المجلة.
  - ١٨- يحصل الباحث على مستل واحد لبحثه، ونسخة من المجلة، وإذا رغب في الحصول على نسخة أخرى فعليه شراؤها بسعر (١٥) ألف دينار.
  - ١٩- تعبر الأبحاث المنشورة في المجلة عن آراء أصحابها لا عن رأي المجلة.
  - ٢٠- ترسل البحوث إلى مقر المجلة - دائرة البحوث والدراسات في ديوان الوقف الشيعي بغداد - باب المعظم
- أو البريد الإلكتروني: (hus65in@Gmail.com) (off reserch@sed.gov.iq) بعد دفع الأجر في مقر المجلة
- ٢١- لا تلزم المجلة بنشر البحوث التي تُخلّ بشرط من هذه الشروط .

مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ فِكْرِيَّةٌ فَصَلِيَّةٌ مُجَكِّمَةٌ تَصَدَّرُ عَنْ  
دَائِرَةِ الْبَحْوثِ وَالدرَاسَاتِ فِي دِيْوَانِ الْوَقْفِ الشَّيْخِيِّ



## محتوى العدد ( ١٨ ) المجلد الرابع

ت	عنوانات البحوث	اسم الباحث	ص
١	مشاهدات الرحالة الأجانب في مدينة السليمانية (رحلة المستر ريج عام ١٨٢٠م نموذجاً)	أ.د. وسن حسين مجيد	١٠
٢	دلالات لفظ (ماكان) في سورة التوبة في ضوء السياق العام والوحدة الموضوعية	أ.م.د صالح محمد حميد	٢٢
٣	صيغ التساؤلات التفسيرية أنواعها وأبعادها اللغوية والدلالية عند الإمام أبي السعود (رحمه الله) - سورة آل عمران نموذجاً -	أ. م. د. سعد محمد حسن الباحث: أحمد إسماعيل إبراهيم	٣٤
٤	الأبواب .. عمارتها وتاريخها في العتبة العلوية المقدسة (النجف الأشرف)	م.د. امثال كاظم النقيب	٥٨
٥	التوسع العمراني لتجاوزات العشوائية وأثره في تغير استعمالات الأرض الزراعية في مدينة الخنديفة	م.د. م. نعي نعمة محمد	٧٦
٦	منهج القرآن الكريم في تعزيز دور الأسرة لتحقيق أهداف التنمية المستدامة	م. د. رؤى شاكِر نعمة م. د. اسراء حسن خلف	٩٨
٧	النشاط المسرحي ودوره في تعزيز قيم العمل الجماعي لدى طلبة قسم التربية الفنية	م. د. علي حسين حمدان جاسم	١١٢
٨	الدرس الصوتي العربي بين الصوتيات والشونولوجيا: مسارات التحول وتجديد الرؤية	م. د. شيماء عبد الكريم حسين	١٢٦
٩	مهارات التفكير الإيجابي لدى المرشدين التربويين	م. د. حسام ياسين علي م. د. سحر علي مهدي م. د. سماء فاخ غالي	١٣٨
١٠	الاحكام الفقهية المتعلقة بتذوق المشروب المباح والمرهون عند المرثخين «دراسة فقهية	م. د. علي الطيف حمد صالح	١٥٦
١١	التنمية المستدامة وأساليب دمجها في تدريس اللغة العربية «مقال مراجعة»	م. د. علي ثابت حسان جبر	١٦٦
١٢	<b>A Multimodal Stylistic Analysis of Textual/ Compositional Meaning in Iraqi Children's Picture Books</b>	<b>Dr. Nissrine Jabbar Hussain</b>	١٧٢
١٣	سيمياء البنية الاطارية في الرواية العراقية المعاصرة «دراسة في رواية خاتون بغداد»	م. د. نورا عبد الهادي عبد	١٩٢
١٤	فاعلية استراتيجية الأركان التعليمية في تحصيل طلاب الصف الثاني المتوسط مجادة الفيزياء وتفكيرهم التبادلي	م.م. فلاح غازي علي النابلي	٢٠٢
١٥	السياحة البيئية وأثرها على التنمية الاجتماعية في مدينة الكوفة	م. م. رسل مسلم رزاق	٢٢٢
١٦	البناء الاجتماعي للمجتمع المدني في عهد النبي (صلى الله عليه وآله) دراسة تحليلية لوثيقة المدينة	م. م. سري عمران نوح	٢٤٠
١٧	فاعلية أمودج مارزانو لأبعاد التعلم في تنمية مهارات التفكير العليا لدى طلبة الصف الخامس الإعدادي في مادة الجغرافية	م. م. سناء بلاسم محمد رسن	٢٥٠
١٨	مستوى التفكير التأملي لدى طلبة اقسام اللغة العربية في جامعة الانبار	م. م. عنتر عبد الله غزالي م. م. احمد ياسل احمد	٢٧٠
١٩	الرمز اللغوي بوصفه أداة للتفاعل المختصاري في الشعر العربي القديم	م. م. أمجد شهاب عبد صالح م. م. مصطفى وسام صبحي	٢٨٦
٢٠	مخطوط (مجلس في ذكر سلمان الحمدي) (تحقيق) للسيد حسن بن هادي المصدر الموسوي الكاظمي «١٢٧٢-١٣٥٤»	م.م. آية عزيز معن	٢٩٨
٢١	الدبلوماسية الرياضية ودورها في تعزيز السياسة الخارجية السعودية «رؤية مستقبلية لعام ٢٠٣٠م»	م. م. حيدر صاحب علي	٣١٠
٢٢	تحليل محتوى كتب الفيزياء للمرحلة المتوسطة وفق معايير (NYLC-SL)	م. م. دعاء حميد كريم	٣٣٢
٢٣	منهج الوسطية في ضوء القرآن والروايات الشريفة	م. م. رأفت حسن علي	٣٥٦
٢٤	إشكالية العلم والفن	م. م. زيد إسماعيل يوسف أ.م.د بان محمد علي	٣٦٦

## محتوى العدد (١٨) المجلد الرابع

ت	عنوانات البحوث	اسم الباحث	ص
٢٥	منهج العلامة ابن كمال باشا (ت ١٠٤٠هـ) في تفسيره	م. م. زينب عبد الله عناوه د.أ. أحمد عبد الجبار علي	٣٨٢
٢٦	العلاقة بين الحكومة الاتحادية وحكومة إقليم كردستان بعد العام ٢٠١٤م	م. م. شيماء فاضل نصيف	٣٩٠
٢٧	برنامج تعليمي قائم على التنمية المستدامة في تدريس مادة علم الأحياء واثرة في تنمية التفكير العلمي لدى طلاب الرابع العلمي	م. م. عمران محمود جاسم م. م. وسام عامر نصيف	٤٠٤
٢٨	جماليات الري التاريخي في عروض المسرح المدرسي	م. م. جواد صادق حمود	٤٢٢
٢٩	الإدراء الوظيفي على وفق نظرية جينزلز وعلاقته بالتنظيم لدى مديري المدارس الابتدائية من وجهة نظر المعلمين	م. م. علي صالح محمد	٤٣٤
٣٠	الحياة العلمية في بغداد خلال العصر العباسي وأثرها في تطور الحضارة الإسلامية	م. م. محمد جاسم طويرش	٤٥٤
٣١	النظم الاجتماعية المغولية من خلال كتاب التاريخ السري	م. م. محمد كرم السلطاني	٤٧٠
٣٢	واقع مكتبات المراكز البحثية في جامعة البصرة مكتبة مركز دراسات البصرة والخليج العربي أمودجاً	م. م. ميادة خزعل رحمن	٤٨٠
٣٣	الثورة في الشعر الحسيني	م. م. هديل جبار هوي	٤٩٠
٣٤	مدرسة برديس هيلدم اليهودية (فردوس الاولاد) الابتدائية ١٩٢٤-١٩٣١ دراسة	م. عماد علي مهدي	٥٠٠
٣٥	التدخلات النفسية والتربوية في تخفيف القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة القادسية	الباحث: رحيم محمد جبر عبود	٥١٠
٣٦	دور الطالب الجامعي في التمهييد للدولة المهنية والانتظار	الباحثة: اثمار محمد عبد الرحيم	٥٢٤
٣٧	الرايكية وتمثلها في المسرح العربي مسرحية «الجنسية فلسطيني» لرضوان عبدالغني شلي اختياراً	الباحثة: رواء محمد خالد أ.د. محمد عبدالزهرة محمد	٥٣٦
٣٨	دور الفن الإسلامي المعاصر في تشكيل هوية المدن الذكية دراسة تحليلية للفنون البصرية في العالم العربي	الباحث: سامر عدنان علي	٥٥٨
٣٩	نظام الأطروحة في التلقيح الصناعي عند السيد محمد الصدر	الباحث: محمد رعد جيباد م. د. صادق عباس كاظم	٥٧٤
٤٠	التقويمات العامة للرواة عند الشهيد الثاني (ت ٩٩٦هـ) «دراسة تحليلية»	أ.م. د. آمال حسين علوان الباحث: نجم عبدالله مسعد	٥٩٦
٤١	العلاقة بين إصلاح النفس والسعادة الحقيقية	الباحث: نور صاعب كاظم أ. م. علي محمد علي شفيق	٦١٢
٤٢	دور الاخصائي الاجتماعي في علاج وتأهيل المراهقين المدمنين على المخدرات دراسة ميدانية في محافظة بغداد	الباحثة: نور صباح رمل أ. د. ميسم ياسين عبيد	٦٢٤
٤٣	ظاهرة الاشتراك في شعر الخضري	نور محسن اجردي أ.م. د. عماد علوان حسين	٦٣٨
٤٤	دور حل المشكلات بتسمية مهارات التفكير لدى طلبة الصف الخامس	الباحثة: همسة جاسم أحمد	٦٥٤
٤٥	الشك في العبادات مقارنة تحليلية وتجديدية من منظور الفقه الإمامي	م. م. هيثم مظهر محي	٦٧٠

فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد ( ١٨ ) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

الذَّكْرُ الْبَيْضُ

التدخلات النفسية والتربوية في تخفيف القلق الاجتماعي  
لدى طلبة جامعة القادسية



الباحث. رحيم محمد جبر عبود

جامعة أزداد أصفهان / كلية التربية / قسم العلوم التربوية والنفسية

فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

**المستخلص:**

يهدف هذا البحث إلى دراسة دور التدخلات النفسية والتربوية في تقليل القلق الاجتماعي لدى طلاب جامعة القادسية. يُعد القلق الاجتماعي من أبرز المشكلات النفسية التي تؤثر على الأداء الأكاديمي والاجتماعي للطلاب، مثل الخوف من التحدث أمام الجمهور أو المشاركة في الأنشطة الجماعية. اعتمد البحث على استبيان تم توزيعه على عينة من الطلاب لقياس مستويات القلق الاجتماعي في مواقف أكاديمية واجتماعية. أظهرت النتائج أن التدخلات النفسية مثل تقنيات الاسترخاء والإرشاد النفسي تساهم في تحسين التفاعل الاجتماعي والتواصل الأكاديمي، مما يؤدي إلى تحسين الأداء الأكاديمي وزيادة المشاركة في الأنشطة الجامعية. يوصي البحث بتطوير برامج تدخل نفسي شاملة لتحسين مهارات التواصل الاجتماعي وتقليل القلق الاجتماعي بين الطلاب الجامعيين.

الكلمات المفتاحية: القلق الاجتماعي، التدخلات النفسية، الطلاب الجامعيون، جامعة القادسية .

**Abstract:**

The objective of this research is to examine the impact of psychological and educational treatments on alleviating social anxiety among students at the University of Al-Qadisiyah. Social anxiety is a major psychological problem that affects students' academic and social performance. For example, they may be afraid to speak in front of others or take part in group activities. The research used a survey administered to a sample of students to assess levels of social anxiety in several academic and social contexts. The findings indicated that psychological therapies, including relaxation methods and psychological counseling, substantially enhance social interaction and academic communication, resulting in improved academic achievement and heightened engagement in university activities. The study suggests creating thorough psychological intervention programs to help university students improve their social skills and lower their social anxiety.

**Keywords:** Social anxiety, psychological interventions, university students, University of Al-Qadisiyah.

**المقدمة:**

يعد القلق الاجتماعي من المشكلات النفسية الشائعة التي تؤثر بشكل كبير على حياة الأفراد الأكاديمية والاجتماعية، وهو يمثل تحديًا نفسيًا متزايدًا بين طلاب الجامعات. إذ يواجه العديد من الطلاب في بيئات أكاديمية مثل جامعة القادسية صعوبة في التفاعل الاجتماعي والمشاركة الفعالة في الأنشطة الجامعية بسبب مشاعر القلق والخوف التي ترافقهم في المواقف الاجتماعية مثل التحدث أمام الجمهور أو التفاعل مع الزملاء والأساتذة. هذا القلق لا يقتصر على تأثيره على الأداء الأكاديمي فحسب، بل يمتد ليؤثر على قدرة الطالب على بناء علاقات اجتماعية ناجحة ومثمرة، مما يعكس ضرورة تسليط الضوء على هذا الاضطراب النفسي والبحث في أساليب التدخل الفعالة. في سياق البيئة الجامعية العراقية، وخصوصًا في جامعة القادسية، لا يزال القلق الاجتماعي مشكلة لم تحظ بالاهتمام الكافي في الأدبيات الأكاديمية، على الرغم من تأثيره البالغ على حياة الطلاب. من هنا تنبع أهمية هذا البحث الذي يهدف إلى دراسة تأثير التدخلات النفسية والتربوية في تخفيف القلق الاجتماعي بين الطلاب، وخصوصًا وأن هذه التدخلات قد تساهم في تحسين مهارات التواصل الاجتماعي، مما يعزز من

تجربة الطالب الجامعية.

لقد أظهرت الدراسات العالمية والمحلية أن القلق الاجتماعي ليس مجرد مشكلة نفسية عابرة، بل هو اضطراب يعوق قدرة الطالب على النجاح في بيئات تعليمية ومهنية متعددة. لذلك، يُعتبر البحث في فعالية أساليب التدخل النفسي، مثل العلاج السلوكي المعرفي وتقنيات الاسترخاء، أمرًا بالغ الأهمية لتحسين صحة الطلاب النفسية وزيادة قدرتهم على مواجهة تحديات الحياة الجامعية. هذه الدراسة تسعى لتقديم حلول عملية تهدف إلى تقليل القلق الاجتماعي، من خلال تحليل تجارب الطلاب وتقييم أدوات التدخل المختلفة المستخدمة.

مشكلة البحث:

تتمثل مشكلة البحث في تأثير القلق الاجتماعي على الطلاب الجامعيين في العراق، وخاصة في جامعة القادسية. على الرغم من أن القلق الاجتماعي يعد من المشكلات النفسية الشائعة عالميًا، إلا أنه لم يتم التطرق بشكل موسع لدراسته في الجامعات العراقية، خاصة من حيث تأثيره على التفاعل الاجتماعي والأكاديمي للطلاب. ومن هنا، تكمن أهمية البحث في تسليط الضوء على هذا الاضطراب النفسي في بيئة أكاديمية محددة، وفحص فعالية التدخلات النفسية التربوية في تخفيف هذه المشاعر السلبية لدى الطلاب.

أهداف البحث:

دراسة مستوى القلق الاجتماعي بين طلاب جامعة القادسية.  
تحليل تأثير القلق الاجتماعي على الأداء الأكاديمي والاجتماعي للطلاب.  
فحص فعالية أدوات التدخل النفسية (مثل العلاج السلوكي المعرفي وتقنيات الاسترخاء) في تقليل القلق الاجتماعي.  
تحليل التمييز بين فقرات الاستبيان في قياس القلق الاجتماعي.  
تقديم توصيات لتطوير برامج الدعم النفسي والاجتماعي لتحسين صحة الطلاب النفسية.  
دراسة العلاقة بين القلق الاجتماعي وعوامل أخرى مثل الجنس والتخصص الأكاديمي.  
تقديم إطار عمل لتطوير أدوات قياس القلق الاجتماعي في البيئات الجامعية.

أهمية البحث:

تظهر أهمية البحث من خلال تسليط الضوء على قضية القلق الاجتماعي وتأثيرها على أداء الطلاب الجامعيين. حيث يساهم هذا البحث في تقديم حلول عملية وتوصيات تساهم في تحسين البيئة الجامعية، من خلال تطوير برامج تدخل نفسية تهدف إلى تقليل القلق الاجتماعي، وبالتالي تعزيز قدرة الطلاب على التفاعل مع بيئاتهم الأكاديمية والاجتماعية. من خلال نتائج هذا البحث، يمكن للجامعات أن تساهم في تحسين الرفاه النفسي للطلاب، مما ينعكس إيجابيًا على أدائهم الأكاديمي والاجتماعي. كما أن البحث يساهم في تسليط الضوء على أهمية التوجهات النفسية التربوية في تطوير بيئة جامعية أكثر دعمًا للطلاب.

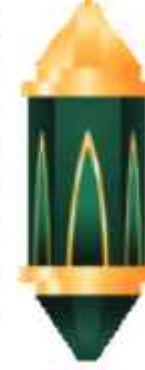
منهجية البحث:

يعتمد هذا البحث على المنهج الوصفي التحليلي لدراسة تأثير التدخلات النفسية على القلق الاجتماعي. تم جمع البيانات من خلال استبيان موجه إلى طلاب جامعة القادسية، حيث يتضمن الاستبيان أسئلة مفتوحة وأسئلة متعددة الخيارات لقياس مستويات القلق الاجتماعي قبل وبعد التدخلات النفسية. كما يتضمن الاستبيان مواقف تجريبية وقياسات كمية لتحديد شدة القلق في مواقف اجتماعية محددة.

تحديد المصطلحات:

القلق الاجتماعي (Social Anxiety):

عرفتها منظمة الصحة العالمية القلق الاجتماعي هو اضطراب نفسي يتمثل في خوف مفرط ومستمر من المواقف الاجتماعية. يشعر الشخص المصاب بالقلق الاجتماعي بالتهديد والضغط في مواقف يتطلب فيها التفاعل مع





الآخرين، مما يؤدي إلى تجنب تلك المواقف في بعض الأحيان. يمكن أن يؤثر هذا الاضطراب على حياة الفرد اليومية وعلاقاته الاجتماعية. (World Health Organization, 2020) عرفها ستيفان هوفمان و آنا أسناني (٢٠١٢) على أنه هو الخوف المفرط والمستمر من التفاعل مع الآخرين في مواقف اجتماعية، مثل التحدث أمام الجمهور أو التفاعل في الأنشطة الاجتماعية، مما يؤدي إلى تجنب هذه المواقف (Hofmann, Asnaani, 2012).

التدخلات النفسية التربوية (Psychological Educational Interventions):

عرفها الشامي (٢٠٢٠) على أنها التدخلات النفسية التربوية هي مجموعة من الأساليب النفسية الموجهة للتعامل مع القلق الاجتماعي، مثل تقنيات الاسترخاء (التنفس العميق، التأمل)، العلاج السلوكي المعرفي، وجلسات التوجيه النفسي (الشامي، ٢٠٢٠).

عرفها دانييل بيدل و سوزان تيرنر (٢٠٠٧) على أنها تشمل طرقاً علاجية تهدف إلى تحسين الصحة النفسية للطلاب، مثل تقديم الدعم النفسي من خلال جلسات إرشادية فردية أو جماعية، وتعليم استراتيجيات التعامل مع القلق (Beidel & Turner, 2007).

الطلاب الجامعيون (University Students):

عرفها رياض الزبيدي (٢٠٢٣) هم الأفراد الذين يدرسون في الجامعات العراقية في مختلف التخصصات والمراحل الدراسية، ويواجهون تحديات نفسية وأكاديمية تؤثر على تجربتهم الجامعية (الزبيدي، ٢٠٢٣).

الإطار النظري

مفهوم القلق الاجتماعي:

عرفها ستيفان هوفمان (٢٠١٢) هو حالة نفسية تتمثل في الخوف المفرط والمستمر من المواقف الاجتماعية التي قد تتطلب التفاعل مع الآخرين. يعاني الأفراد المصابون بالقلق الاجتماعي من شعور بالقلق والخوف في المواقف التي تتطلب تفاعلاً اجتماعياً مثل التحدث أمام الجمهور، أو التفاعل مع الغرباء، أو حتى أداء الأنشطة اليومية التي تتضمن التفاعل مع الآخرين. يتمثل هذا الشعور في أعراض جسدية مثل التعرق، سرعة ضربات القلب، والارتجاف، التي تؤثر على الأداء الاجتماعي والعاطفي. يمكن أن يؤدي القلق الاجتماعي إلى تجنب المواقف الاجتماعية بشكل مفرط، مما يؤثر على الحياة الأكاديمية والاجتماعية. يشير العديد من الباحثين إلى أن القلق الاجتماعي ليس مجرد حالة نفسية بسيطة، بل هو اضطراب يؤثر بشكل عميق على قدرة الفرد على التفاعل بنجاح في بيئات اجتماعية متعددة. (Hofmann et al., 2012)

القلق الاجتماعي يعد من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعاً في المجتمع الأكاديمي، وقد أظهرت الدراسات أن ما يصل إلى ١٣٪ من الطلاب الجامعيين يعانون من هذا الاضطراب بشكل مزمن.

(Alshahrani et al., 2020)

أنواع القلق الاجتماعي:

القلق الاجتماعي يمكن أن يظهر في شكلين رئيسيين:

القلق الاجتماعي العام: يظهر في معظم المواقف الاجتماعية التي يتعرض لها الفرد، مثل مقابلة أشخاص جدد، التفاعل مع زملاء العمل أو الدراسة، أو حتى الذهاب إلى الأماكن العامة.

القلق الاجتماعي المحدد: يظهر فقط في مواقف معينة مثل التحدث أمام جمهور، تقديم العروض الأكاديمية، أو التفاعل مع شخصيات قيادية مثل الأساتذة.

تظهر الدراسات أن القلق الاجتماعي العام يمكن أن يؤثر بشكل أكبر على الأداء الأكاديمي والمهارات الاجتماعية اليومية للطلاب، بينما يرتبط القلق الاجتماعي المحدد بمواقف أكاديمية معينة مثل الامتحانات أو تقديم العروض

في الفصول الدراسية. (Beidel & Turner, ٢٠٠٧)

أسباب القلق الاجتماعي لدى الطلاب الجامعيين:

يُعتبر القلق الاجتماعي ناتجاً عن مجموعة من العوامل النفسية، الاجتماعية، والأكاديمية التي قد تؤثر على الطلاب الجامعيين. من أبرز هذه العوامل:

العوامل النفسية: مثل الخوف من الرفض أو تقييم الآخرين بشكل سلبي. يتمثل هذا في الاعتقاد بأن الفرد قد يفشل في التفاعل الاجتماعي، مما يزيد من مشاعر القلق والتوتر.

(Hofmann et al, ٢٠١٢)

العوامل الاجتماعية: مثل نقص المهارات الاجتماعية أو تجارب سابقة من النقد الاجتماعي، مما يؤدي إلى تفاقم القلق. (Rodebaugh et al, ٢٠٠٤)

العوامل الأكاديمية: مثل الضغوط الأكاديمية العالية، الخوف من الفشل الدراسي، والتوقعات العالية من الأهل أو الأساتذة. يمكن أن تساهم هذه العوامل في زيادة القلق الاجتماعي بسبب الحاجة إلى الأداء الجيد في بيئة أكاديمية تنافسية. (Beidel & Turner, ٢٠٠٧)

في السياق الجامعي، يمكن أن يؤدي الانتقال من بيئة مدرسية إلى بيئة أكاديمية إلى زيادة التوتر والقلق بسبب التفاعل مع مجموعة متنوعة من الأشخاص في بيئة جديدة تماماً، مما قد يزيد من فرص الإصابة بالقلق الاجتماعي.

(Alshahrani et al, ٢٠٢٠)

تأثير القلق الاجتماعي على الطلاب الجامعيين:

القلق الاجتماعي يؤثر بشكل كبير على الأداء الأكاديمي والاجتماعي والنفس للطلاب الجامعيين:

التأثير الأكاديمي: الطلاب الذين يعانون من القلق الاجتماعي قد يواجهون صعوبة في المشاركة في الأنشطة الأكاديمية مثل مناقشات الفصل أو التقديم في الورش الدراسية. هذا يؤدي إلى تراجع الأداء الأكاديمي وضعف التفاعل مع أعضاء هيئة التدريس. (Rodebaugh et al, ٢٠٠٤)

التأثير الاجتماعي: يعاني الطلاب المصابون بالقلق الاجتماعي من صعوبة في التواصل مع أقرانهم، مما يؤدي إلى العزلة الاجتماعية وتجنب الأنشطة الاجتماعية التي يمكن أن تساهم في تكوين صداقات أو بناء علاقات مهنية مع الزملاء. (Hofmann et al, ٢٠١٢)

التأثير النفسي: القلق الاجتماعي المزمّن يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات نفسية إضافية مثل الاكتئاب، مما يزيد من تعقيد حالة الطالب. كما أنه يرتبط بتدني تقدير الذات وفقدان الثقة بالنفس، مما يزيد من تجنب المواقف الاجتماعية المستقبلية. (Alshahrani et al, ٢٠٢٠)

التدخلات النفسية التربوية لعلاج القلق الاجتماعي:

هناك العديد من أساليب التدخل النفسي التربوي التي يمكن أن تساعد في تقليل القلق الاجتماعي لدى الطلاب الجامعيين:

العلاج السلوكي المعرفي (CBT): يُعد العلاج السلوكي المعرفي من أنجح الطرق لعلاج القلق الاجتماعي، حيث يركز على تعديل الأنماط الفكرية والسلوكية السلبية المرتبطة بالقلق الاجتماعي، كما يساعد الأفراد على تطوير مهارات اجتماعية من خلال التعرض التدريجي للمواقف الاجتماعية. (Clark & Wells, ١٩٩٥)

تقنيات الاسترخاء: مثل تمارين التنفس العميق، التأمل، واليوغا، التي تساهم في تقليل التوتر الناتج عن القلق الاجتماعي وتحسن القدرة على التحكم في المشاعر الجسدية المصاحبة للقلق. (Meyer & Marks, ٢٠١٠)

التوجيه النفسي: التوجيه النفسي يتضمن جلسات استشارية فردية أو جماعية تهدف إلى معالجة المشاعر السلبية





وتحسين استراتيجيات التفاعل الاجتماعي للطلاب. (Beidel & Turner, 2007)

التدريب على المهارات الاجتماعية: برامج تدريبية تهدف إلى تحسين القدرة على التفاعل مع الآخرين، مثل كيفية بدء المحادثات أو كيفية التعامل مع المواقف الاجتماعية في الحياة الجامعية. (Alshahrani et al, 2020)

تأثير التدخلات النفسية التربوية على القلق الاجتماعي: أظهرت الدراسات أن التدخلات النفسية مثل العلاج السلوكي المعرفي وتقنيات الاسترخاء لها تأثير إيجابي في تقليل القلق الاجتماعي لدى الطلاب. حيث أظهرت الدراسات أن العلاج السلوكي المعرفي يساعد الطلاب في تغيير أفكارهم السلبية عن المواقف الاجتماعية، بينما تساهم تقنيات الاسترخاء في تخفيف الأعراض الجسدية المصاحبة للقلق مثل التعرق، والارتجاف، وزيادة ضربات القلب. كما أظهرت دراسة لـ Clark & Wells (1995) أن العلاج السلوكي المعرفي له تأثير طويل المدى في تقليل القلق الاجتماعي بين الطلاب الجامعيين. الدراسات السابقة:

دراسة (2021) - Prevalence of Social Anxiety Disorder among Medical Students <https://knepublishing.com/index.php/SJMS/article/view/9290> (Kne Publishing)

الباحث: KNE Publishing (2021)

أهداف الدراسة: دراسة انتشار اضطراب القلق الاجتماعي (SAD) بين طلاب كليات الطب. حجم العينة: 375 طالبًا وطالبة من كليات الطب في جامعات مختلفة. مكان إجراء الدراسة: جامعات مختلفة في السودان.

أدوات الدراسة: تم استخدام استبيانات لقياس مستوى القلق الاجتماعي.

النتائج: أظهرت الدراسة أن نسبة انتشار القلق الاجتماعي بين الطلاب بلغت 61,3%، منها 19,2% بدرجة خفيفة، 21,6% بدرجة متوسطة، و 10,9% شديدة، و 9,6% شديدة جدًا. كما لوحظ ارتباط بين القلق الاجتماعي وتدني تقدير الذات والأداء الأكاديمي.

الموازنة مع البحث: هذه الدراسة تؤكد على انتشار القلق الاجتماعي بين الطلاب الجامعيين، وهو نفس ما تم ملاحظته في بحثنا في جامعة القادسية. كما تدعم هذه الدراسة أهمية قياس القلق الاجتماعي في بيئات أكاديمية متنوعة.

جوانب الإفادة: تقدم هذه الدراسة إطارًا لفهم العلاقة بين القلق الاجتماعي والعوامل الأكاديمية، ما يساعدنا في تعزيز البحث في جامعة القادسية.

دراسة (2022) - Social Anxiety and Its Relationship with Family Quality of Life among Female Saudi University Students

[https://www.researchgate.net/publication/alqlq\\_362415325](https://www.researchgate.net/publication/alqlq_362415325) [https://www.researchgate.net/publication/alajtmay\\_wlaqth\\_bjwdt\\_alhyat\\_alasryt\\_ldy\\_talbat\\_aljamat\\_19-alswdyt\\_fy\\_zl\\_wdt\\_altlym\\_alhdwry\\_bd\\_jayht\\_kwfyd](https://www.researchgate.net/publication/alajtmay_wlaqth_bjwdt_alhyat_alasryt_ldy_talbat_aljamat_19-alswdyt_fy_zl_wdt_altlym_alhdwry_bd_jayht_kwfyd) (ResearchGate)

الباحث: جامعة الملك عبدالعزيز (2022)

أهداف الدراسة: معرفة العلاقة بين القلق الاجتماعي وجودة الحياة الأسرية لدى طالبات الجامعات السعودية. حجم العينة: 415 طالبة.

مكان إجراء الدراسة: جامعات سعودية.

أدوات الدراسة: تم استخدام استبيان لقياس القلق الاجتماعي وجودة الحياة الأسرية. النتائج: تبين أن هناك علاقة سلبية بين القلق الاجتماعي وجودة الحياة الأسرية. كما ظهرت فروق بناءً على الترتيب الولادي والمستوى الاقتصادي للأسرة. الموازنة مع البحث: بينما تركز دراستنا على القلق الاجتماعي في البيئة الأكاديمية داخل الجامعة، تقدم هذه الدراسة فكرة حول تأثير القلق الاجتماعي على جوانب الحياة الأخرى مثل الأسرة. جوانب الإفادة: هذه الدراسة تقدم فكرة عن العوامل الاجتماعية التي يمكن أن تؤثر في القلق الاجتماعي لدى الطلاب، مما يمكن أن يساعد في فهم أعمق للقلق الاجتماعي خارج الفصول الدراسية.

دراسة (٢٠٢٣) - A Study on Prevalence of Social Anxiety among -  
/2023/Studentshttps://www.thepharmajournal.com/archives  
pdf (thepharmajournal..٥١٤-٢٦٢-٨-١٢-vol١٢issue٩S/PartAG/S  
(com

الباحث: The Pharma Journal (٢٠٢٣)

أهداف الدراسة: دراسة انتشار القلق الاجتماعي بين الطلاب، وفحص الفروق بين الجنسين. حجم العينة: ١٩٨ طالبًا وطالبة (من أعمار ١٩-٢١). مكان إجراء الدراسة: غير محدد.

أدوات الدراسة: استبيانات لقياس القلق الاجتماعي. النتائج: أظهرت النتائج انتشار القلق الاجتماعي بين الطلاب مع فروق واضحة بين الجنسين. الموازنة مع البحث: تتفق هذه الدراسة مع بحثنا في التركيز على القلق الاجتماعي في الطلاب الجامعيين، وتفتح المجال لدراسة الفروق بين الجنسين في مستوى القلق الاجتماعي. جوانب الإفادة: تقدم هذه الدراسة رؤى حول تأثير الجنس على القلق الاجتماعي، مما يمكن أن يعزز فهمنا للمتغيرات التي تؤثر على القلق الاجتماعي في بحثنا.

دراسة (2024) - Prevalence of Social Anxiety Disorder and Its Associated Factors among Foreign Born Undergraduate Students in  
(Türkiyehttps://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003184 (PLOS  
(PLOS Global Public Health (2024) الباحث

أهداف الدراسة: دراسة انتشار اضطراب القلق الاجتماعي بين الطلاب الدوليين في تركيا، وتحليل العوامل المرتبطة به.

حجم العينة: ٥٠٦ طلاب دوليين.

مكان إجراء الدراسة: تركيا.

أدوات الدراسة: مقياس SPIN لقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي. النتائج: أظهرت النتائج أن ٢٣,٧٪ لديهم أعراض خفيفة، ٢١,٣٪ معتدلة، و ١١,٦٪ شديدة، مع وجود ارتباطات معنوية مثل الجنس، الفشل الأكاديمي، تاريخ العائلة النفسي، وممارسة الرياضة. الموازنة مع البحث: هذه الدراسة تتعامل مع الطلاب الدوليين، بينما يتعامل بحثنا مع طلاب محليين في العراق. ولكن، يمكننا أن نستفيد من فهم تأثير العوامل الاجتماعية والنفسية على القلق الاجتماعي. جوانب الإفادة: تقدم هذه الدراسة فكرة حول تأثير العوامل الشخصية مثل تاريخ العائلة النفسي على القلق الاجتماعي، وهو ما يمكن تضمينه في البحث الحالي لدراسة تأثير هذه العوامل.

دراسة (٢٠٢٥) - A Comparative Analysis of Social Interaction Anxiety Among University and College Students of Gujrat,



(Pakistan(ResearchGate

الباحث: (٢٠٢٥) The Regional Tribune

أهداف الدراسة: مقارنة مستوى قلق التفاعل الاجتماعي بين طلاب الجامعات والكليات.

حجم العينة: ٤٠٠ مشارك.

مكان إجراء الدراسة: باكستان.

أدوات الدراسة: مقياس (SIAS) Social Interaction Anxiety Scale.

النتائج: أظهرت الدراسة أن غالبية طلاب الجامعات يعانون من قلق اجتماعي منخفض إلى معتدل، مع فروقات طفيفة بين طلاب الجامعات والكليات.

الموازنة مع البحث: الدراسة تقارن بين طلاب الجامعات والكليات، بينما تركز في بحثنا على طلاب جامعة واحدة. يمكننا مقارنة مستويات القلق الاجتماعي بين طلاب الجامعات في العراق في المستقبل.

جوانب الاستفادة: تعطي هذه الدراسة فكرة عن الفرق بين الجامعات والكليات في مستويات القلق الاجتماعي، مما قد يكون ذا فائدة عند توسيع البحث ليشمل مؤسسات تعليمية متعددة.

الجانب التطبيقي

منهجية البحث:

يعتمد هذا البحث على المنهج الوصفي التحليلي لدراسة تأثير التدخلات النفسية على القلق الاجتماعي. تم جمع البيانات من خلال استبيان موجه إلى طلاب جامعة القادسية، حيث يتضمن الاستبيان أسئلة مفتوحة وأسئلة متعددة الخيارات تقيس مستويات القلق الاجتماعي قبل وبعد التدخلات النفسية. كما يتضمن الاستبيان أيضًا

مواقف تجريبية وقياسات كمية لتحديد شدة القلق في مواقف اجتماعية محددة.

عينة البحث:

يتناول هذا البحث عينة من ٤١ طالبًا وطالبة من جامعة القادسية، حيث تم اختيارهم بشكل عشوائي من مختلف التخصصات والمستويات الأكاديمية. تُهدف هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على مدى انتشار القلق الاجتماعي بين الطلاب الجامعيين وتحديد تأثيره على حياتهم الجامعية. كما يهدف إلى تقديم حلول نفسية تعتمد على العلاج السلوكي المعرفي وتقنيات الاسترخاء للمساعدة في تخفيف أعراض القلق الاجتماعي.

طريقة التحليل:

تم تحليل البيانات باستخدام أساليب التحليل الكمي والوصفي. يشمل التحليل الكمي حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لقياس مستويات القلق الاجتماعي والتدخلات النفسية. بينما استخدم التحليل الوصفي لاستخلاص الأنماط العامة من الإجابات المفتوحة وتحليل تأثير التدخلات النفسية بشكل نوعي.

حدود البحث:

الحدود المكانية:

يقتصر هذا البحث على طلاب جامعة القادسية في العراق. نظرًا لأن الدراسة تم تنفيذها في جامعة واحدة فقط، فإن النتائج قد تكون غير قابلة للتعميم بشكل كامل على جميع الجامعات العراقية الأخرى. لكن يمكن استخدام هذه النتائج كنموذج لاستكشاف مدى تأثير القلق الاجتماعي على الطلاب في الجامعات العراقية الأخرى.

الحدود الموضوعية:

يتمحور البحث حول القلق الاجتماعي وتأثيره على الطلاب الجامعيين في البيئة الأكاديمية والاجتماعية، بالإضافة إلى التدخلات النفسية التربوية التي يمكن أن تساهم في تقليل هذا القلق. البحث لا يتطرق إلى دراسة اضطرابات نفسية أخرى أو حلول نفسية تتجاوز موضوع القلق الاجتماعي.

الحدود البشرية:

تقتصر العينة المستهدفة في هذا البحث على ٤١ طالبًا وطالبة من جامعة القادسية، وقد تم اختيارهم بشكل

عشوائي من مختلف التخصصات والمستويات الأكاديمية. هذه العينة قد لا تمثل جميع الطلاب في الجامعة، مما قد يؤثر على قابلية تعميم النتائج. كما أن تركيبة العينة من حيث الجنس، العمر، والتخصصات قد تؤثر على مدى تنوع النتائج.

الحدود الزمانية:

تم إجراء هذا البحث في الفترة الزمنية الحالية، وبالتحديد في الفصل الدراسي الحالي في جامعة القادسية. لذلك، فإن النتائج قد تعكس الظروف الحالية في الجامعة فقط ولا تشمل التغيرات التي قد تحدث في المستقبل أو بعد مرور وقت طويل.

أداة البحث:

الأداة الرئيسية المستخدمة في هذا البحث هي استبيان القلق الاجتماعي الذي تم تصميمه لقياس مستويات القلق الاجتماعي لدى الطلاب في المواقف الجامعية المختلفة. يحتوي الاستبيان على خمسة أجزاء رئيسية:

معلومات ديموغرافية: مثل الجنس، العمر، المستوى الأكاديمي.

أسئلة مفتوحة: لاستكشاف تجارب الطلاب الشخصية مع القلق الاجتماعي.

مواقف تجريبية: لقياس القلق في مواقف اجتماعية جامعية محددة.

أسئلة حول العوامل المؤثرة: لفهم تأثير الدعم الاجتماعي والظروف الشخصية على القلق الاجتماعي.

أسئلة حول استراتيجيات المواجهة: لتحديد التدخلات النفسية التي قد تكون مفيدة.

جدول (١): مجتمع البحث

الخاصية	الفئة المحددة
التخصص الأكاديمي	تخصصات إنسانية، علمية، هندسية
العمر	18-22 سنة
الجنس	ذكور، أنثى

حجم العينة وطريقة اختيارها

تم اختيار العينة من ٤١ طالبًا وطالبة باستخدام طريقة العينة العشوائية البسيطة لضمان تمثيل كافة الفئات الأكاديمية. تم تحديد حجم العينة بناءً على معادلات إحصائية لضمان تمثيل المجتمع بشكل دقيق.

جدول (٢): عينة البحث

الخاصية	الفئة المحددة
عدد العينة	41 طالب وطالبة
طريقة الاختيار	عشوائي
الفئة العمرية	18-22 سنة
التخصص	تخصصات إنسانية، علمية، هندسية

الأدوات المستخدمة

الطريقة التي تم استخدامها:

التحليل العاملي (Exploratory Factor Analysis – EFA)

عرفه Field (٢٠١٣) على أنه أداة إحصائية تُستخدم لاستخلاص العوامل الكامنة التي تفسر الترابط بين مجموعة من المتغيرات. في حالة الاستبيان، يُستخدم التحليل العاملي لاختبار الصدق الظاهري للأداة عبر التأكد من أن الأسئلة الموجودة في الاستبيان تتجمع حول العوامل ذات العلاقة بمفهوم القلق الاجتماعي.

(Field, A. ٢٠١٣)

المعادلة:





التحليل العاملي يعتمد على المصفوفات التباين والمصفوفات الترابضية بين المتغيرات. المعادلة الأساسية لحساب التحميلات العاملة هي:

$$X = \lambda F +$$

حيث:

( ) هو المتغير الأصلي (مثل إجابة السؤال في الاستبيان).

( $\lambda$ ) هو التحميل العامل (الذي يمثل العلاقة بين المتغير والعامل).

(F) هو العامل الكامن (مثل "القلق الاجتماعي")

( ) هو الخطأ العشوائي.

التطبيق:

تم تطبيق التحليل العاملي باستخدام برنامج SPSS. بعد جمع البيانات من ٤١ طالبًا وطالبة، تم استخراج العوامل الممثلة للقلق الاجتماعي. أظهرت نتائج التحليل أن الأسئلة الخاصة بـ "التحدث أمام الجمهور" و "المشاركة في الأنشطة الاجتماعية" تتجمع في عامل واحد، مما يثبت الصدق الظاهري للاستبيان.

الثبات ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)

عرفه لويس كرونباخ (١٩٥١) هو مقياس يستخدم لقياس الثبات الداخلي للأداة. بمعنى آخر، يُستخدم لفحص مدى اتساق الأسئلة في الاستبيان مع بعضها البعض. إذا كانت قيمة ألفا كرونباخ مرتفعة (أكبر من ٠,٧)، فهذا يعني أن الأداة تتمتع بثبات عالٍ.

(Cronbach, L. J. ١٩٥١)

معادلة ألفا كرونباخ هي:

حيث:

( ) هو عدد الفقرات (الأسئلة) في الاستبيان.

( ) هو التباين الداخلي لكل فقرة.

( ) هو التباين الكلي للدرجات.

التطبيق:

تم حساب ألفا كرونباخ باستخدام برنامج SPSS بناءً على البيانات التي تم جمعها من ٤١ طالبًا وطالبة. كانت قيمة ألفا كرونباخ المستخلصة ٠,٨٥، مما يعني أن الاستبيان يمتلك ثباتًا عاليًا.

جدول (٣): خصائص الأدوات السيكومترية

النوع	القيمة المستخلصة
الصدق الظاهري	تم التأكد من الصدق باستخدام التحليل العاملي
الثبات (ألفا كرونباخ)	0.85 (قيمة عالية)

تحليل التمييز للفقرات (Item Discrimination)

عرفه كل من ديفيدشوفر و مرني (٢٠٠١) هوس أسلوب إحصائي يُستخدم لتحديد مدى قدرة الفقرات في الاستبيان على التمييز بين الطلاب الذين يعانون من مستويات عالية من القلق الاجتماعي وأولئك الذين لديهم مستويات منخفضة. يعتمد تحليل التمييز على مقارنة إجابات الطلاب ذوي القلق الاجتماعي العالي مع إجابات الطلاب ذوي القلق الاجتماعي المنخفض.

(Murphy, K. R., & Davidshofer, C. O. 2001)

المعادلة:

في تحليل التمييز، يتم استخدام اختبار T أو تحليل التباين (ANOVA) لمقارنة مجموعتين:

$$\sqrt{t = \frac{(X_1 - X_2)}{}}$$

حيث:

$$(S_1^2+S_2^2)/n)$$

((X<sub>1</sub>)<sup>-</sup>(X<sub>2</sub>)<sup>-</sup>) هما المتوسطات للمجموعتين (القلق الاجتماعي العالي والمنخفض).

(S<sub>1</sub><sup>2</sup>+S<sub>2</sub><sup>2</sup>) هما التباين لكل مجموعة.

(n) هو عدد الطلاب في كل مجموعة.

التطبيق:

تم تقسيم الطلاب إلى مجموعتين: مجموعة ذات قلق اجتماعي عالي و مجموعة ذات قلق اجتماعي منخفض. تم إجراء اختبار تمييز باستخدام تحليل تبايني (ANOVA) باستخدام برنامج SPSS. أظهرت النتائج أن فقرة التحدث أمام الجمهور كانت الأكثر قدرة على التمييز بين المجموعتين.

النتائج:

أظهرت الفقرات أن فقرة التحدث أمام الجمهور كانت الأكثر قدرة على تمييز الطلاب ذوي القلق الاجتماعي العالي عن الطلاب ذوي القلق الاجتماعي المنخفض.

جدول (٤): تمييز الفقرات

التمييز	الفقرة
تمييز عالي	فقرة ١) التحدث أمام الجمهور)
تمييز متوسط	فقرة ٢) المشاركة في الأنشطة الاجتماعية)
تمييز منخفض	فقرة ٣) التفاعل مع الأساتذة)

التحليل الوصفي (Descriptive Analysis)

عرفه أندري فيلد (٢٠١٣) التحليل الوصفي يُستخدم لقياس التوزيع العام للبيانات، مثل حساب المتوسطات و الانحرافات المعيارية. يتيح لنا هذا التحليل فهم مستوى القلق الاجتماعي لدى الطلاب بشكل عام.

(Field, A. ٢٠١٣)

المعادلة الأساسية لحساب المتوسط و الانحراف المعياري هي:  
الانحراف المعياري =

حيث:

(X) هي الإجابة على السؤال.

(N) هو عدد الطلاب.

التطبيق:

تم حساب المتوسط و الانحراف المعياري للأسئلة التي تتعلق بمستوى القلق الاجتماعي في مواقف معينة مثل التحدث أمام الجمهور و المشاركة في الأنشطة الاجتماعية.

النتائج:

أظهرت المتوسطات أن الطلاب يشعرون بالقلق المتوسط إلى العالي في مواقف مثل التحدث أمام الجمهور و المشاركة في الأنشطة الأكاديمية.

الانحرافات المعيارية أظهرت تفاوتًا طفيفًا في إجابات الطلاب، مما يشير إلى أن القلق الاجتماعي يختلف بين الأفراد. أظهرت النتائج أن الطلاب لديهم مستوى قلق اجتماعي متوسط إلى عالٍ في هذه المواقف

جدول (٥): التحليل الوصفي

الانحراف المعياري	المتوسط	الفقرة
1.2	3.5	التحدث أمام الجمهور
1.1	3.2	المشاركة في الأنشطة الاجتماعية
1.4	2.8	التفاعل مع الأساتذة





### التحليل الاستدلالي (Inferential Analysis)

عرفه جولي بالانت التحليل الاستدلالي هو أسلوب احصائي يُستخدم لاختبار الفرضيات حول وجود فروق معنوية بين المجموعات المختلفة مثل الطلاب الذكور والإناث أو التخصصات الأكاديمية.

(Pallant, J. ٢٠١٦))

المعادلة:

تم استخدام اختبار ANOVA لاختبار الفروق بين المجموعات:

$$F = \text{Variance between groups} / \text{Variance within groups}$$

حيث:

Variance between groups هو التباين بين المجموعات المختلفة.

Variance within groups هو التباين داخل كل مجموعة.

التطبيق:

تم استخدام اختبار ANOVA في SPSS لاختبار الفروق بين الطلاب الذكور والإناث و التخصصات الأكاديمية. أظهرت النتائج أن هناك فروقاً معنوية بين الطلاب الذكور والإناث في مستويات القلق الاجتماعي. كانت القيمة المحسوبة لـ p-value أقل من ٠,٠٥ ، مما يعني أن الفروق بين المجموعات كانت دالة إحصائياً.

جدول (٦): التحليل الاستدلالي (ANOVA)

المتغير	F القيمة	p-value
الجنس	4.5	0.03
التخصص	5.2	0.02

الاستنتاجات والتوصيات

أولاً: الاستنتاجات

مستوى القلق الاجتماعي بين الطلاب الجامعيين:

أظهرت نتائج التحليل أن القلق الاجتماعي هو مشكلة نفسية شائعة بين طلاب جامعة القادسية. حيث أن العديد من الطلاب يعانون من القلق الاجتماعي في مواقف أكاديمية واجتماعية مختلفة مثل التحدث أمام الجمهور والمشاركة في الأنشطة الجماعية.

التحليل الوصفي أظهر أن الطلاب الذكور والإناث يعانون بدرجات متفاوتة من القلق الاجتماعي، حيث كانت الإناث يظهرن مستويات أعلى من القلق مقارنة بالذكور، مما يعكس تبايناً بين الجنسين في مستويات القلق الاجتماعي.

الطلاب في التخصصات الإنسانية يعانون من القلق الاجتماعي بدرجة أعلى من الطلاب في التخصصات العلمية والهندسية، مما يشير إلى أن نوع التخصص الأكاديمي قد يؤثر في مستوى القلق الاجتماعي.

الصدق الظاهري:

تم التحقق من الصدق الظاهري باستخدام التحليل العاملي (EFA) الذي أظهر أن الاستبيان يقيس فعلاً القلق الاجتماعي، حيث تم تحديد العوامل المتعلقة بالقلق الاجتماعي مثل التفاعل مع الأساتذة و التحدث أمام الجمهور، مما يدعم صدق الاستبيان في قياس المتغيرات النفسية.

الثبات الداخلي للاستبيان:

أظهرت نتائج ألفا كرونباخ أن الاستبيان يتمتع بثبات جيد (٠,٨٥)، مما يشير إلى أن الأداة يمكنها قياس القلق الاجتماعي بشكل مستمر وموثوق عبر عينة الطلاب.

تمييز الفقرات:

أظهر تحليل التمييز أن فقرة التحدث أمام الجمهور كانت الأكثر قدرة على تمييز الطلاب الذين يعانون من

مستويات مرتفعة من القلق الاجتماعي عن أولئك الذين يعانون من مستويات منخفضة.  
التحليل الاستدلالي:

أظهرت النتائج الإحصائية وجود فروق معنوية بين الطلاب في مستويات القلق الاجتماعي بناءً على الجنس و التخصص الأكاديمي. حيث أظهرت الإناث مستويات أعلى من القلق الاجتماعي مقارنة بالذكور، وكانت التخصصات الإنسانية أكثر تأثرًا بالقلق الاجتماعي من التخصصات العلمية والهندسية.  
ثانياً: التوصيات:

تطوير برامج لتقليل القلق الاجتماعي:

بناءً على نتائج التحليل، يُوصى بتطوير برامج تدخل نفسية شاملة داخل الجامعات تُهدف إلى تقليل القلق الاجتماعي لدى الطلاب. هذه البرامج يمكن أن تتضمن جلسات إرشادية فردية وجماعية، و تقنيات الاسترخاء مثل التنفس العميق و التأمل التي ثبتت فعاليتها في تحسين التفاعل الاجتماعي وتقليل مستويات القلق.  
تعزيز التوعية حول القلق الاجتماعي:

ينبغي على الجامعات تنظيم حملات توعية حول القلق الاجتماعي، تتضمن ورش عمل و محاضرات توعوية لرفع الوعي بين الطلاب حول تأثير القلق الاجتماعي على الأداء الأكاديمي والاجتماعي. يُنصح بتكثيف هذه الأنشطة في بداية العام الدراسي أو قبل الفترات الامتحانية.

إدخال برامج تدريبية لتحسين مهارات التواصل الاجتماعي:

يجب على الجامعات تطوير برامج تدريبية تُهدف إلى تحسين مهارات التواصل الاجتماعي لدى الطلاب، مثل كيفية التفاعل مع الأساتذة والمزلاء في الفصول الدراسية. هذه البرامج يمكن أن تساعد الطلاب في الاندماج في الأنشطة الأكاديمية والاجتماعية، مما يقلل من مستويات القلق الاجتماعي.

توسيع برامج الدعم النفسي للطلاب:

ينبغي زيادة الدعم النفسي داخل الجامعات من خلال توفير جلسات استشارية فردية وجماعية تساعد الطلاب على تطوير استراتيجيات التعامل مع القلق الاجتماعي. كما يُوصى بزيادة الدعم النفسي خلال الفترات التي تزداد فيها مستويات القلق، مثل فترة الامتحانات النهائية.

تطوير ورش العمل المتخصصة في القلق الاجتماعي:

يُوصى بتنظيم ورش عمل متخصصة تُهدف إلى تعليم الطلاب تقنيات التعامل مع القلق الاجتماعي، مثل تقنيات الاسترخاء، و العلاج السلوكي المعرفي. كما يمكن توفير هذه الورش بشكل دوري طوال العام الدراسي لضمان استفادة أكبر عدد من الطلاب.

ثالثاً: المقترحات

إجراء دراسات مماثلة في جامعات أخرى:

يُقترح توسيع نطاق الدراسة ليشمل جامعات عراقية أخرى (مثل جامعة بغداد أو جامعة البصرة) لدراسة مدى انتشار القلق الاجتماعي بين الطلاب في بيئات أكاديمية متنوعة. هذه الدراسات يمكن أن توفر نتائج أكثر تعمقاً وتساعد في بناء برامج تدخل نفسية على مستوى الجامعات العراقية.

إدخال تقنيات علاجية متنوعة:

يُنصح بتقديم تقنيات علاجية مثل العلاج السلوكي المعرفي (CBT) و العلاج الجماعي لمجموعة من الطلاب الذين يعانون من القلق الاجتماعي. يمكن تقديم هذه الخدمات عبر منصات عبر الإنترنت لتسهيل الوصول إليها من قبل أكبر عدد من الطلاب.

إجراء دراسة طولية حول تأثير التدخلات النفسية:

يُقترح إجراء دراسة طولية لفحص تأثير التدخلات النفسية على القلق الاجتماعي بمرور الوقت. يمكن تتبع مجموعة من الطلاب الذين تلقوا تدخلات نفسية لمعرفة مدى تحسن أداؤهم الأكاديمي والاجتماعي بعد فترة معينة.



تحديد الفروق بين الطلاب من حيث التخصصات الأكاديمية:

في المستقبل، يمكن إجراء دراسة متعمقة حول الفروق في مستويات القلق الاجتماعي بين التخصصات الأكاديمية المختلفة (مثل التخصصات العلمية مقابل التخصصات الإنسانية) لتطوير برامج تدخلية مخصصة لكل فئة المصادر العربية:

رفاعي، ن.، رمضان، م.، وحازم، ش. (٢٠١٨). اضطراب القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية، جامعة بنها.

الزبيدي، د. رياض عبيد الزبيدي. (٢٠٢٣). التدخلات النفسية لتخفيف القلق الاجتماعي في الجامعات العراقية. مجلة العلوم النفسية، ١٨(١)، ١٠٢-١٢٠.

الشامي، أ. (٢٠٢٠). دور الدعم الاجتماعي في تخفيف القلق الاجتماعي لدى الطلاب الجامعيين. مجلة دراسات نفسية، ٣٢(٣)، ٢١٥-٢٢٨.

المومني، ع. (٢٠١١). الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين: الانتشار والمتغيرات الديموغرافية. المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية [https://archives.ju.edu.jo/index.php/jjss/article/download/2251/5198/4511?utm\\_source=chatgpt.com](https://archives.ju.edu.jo/index.php/jjss/article/download/2251/5198/4511?utm_source=chatgpt.com)

هنا خالد سالم الرقاد، هـ. (2017). الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتوافق الجامعي لدى طلبة الجامعة الهاشمية. مجلة العلوم التربوية والنفسية

[https://journals.ajsrp.com/index.php/jeps/article/download/80/50/102?utm\\_source=chatgpt.com](https://journals.ajsrp.com/index.php/jeps/article/download/80/50/102?utm_source=chatgpt.com)

المصادر الأجنبية:

Alshahrani, M., Alharthi, K., & Alzahrani, A. (2020). Social anxiety and its impact on university students in Saudi Arabia. *Journal of Mental Health*, 29(4), 56-67.

Beidel, D. C., & Turner, S. M. (2007). *Social phobia: Clinical and developmental perspectives*. Elsevier.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 33(6), 195-206.

Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297-334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>

Field, A. (2013). *Discovering statistics using SPSS (4th ed.)*. Sage Publications.

Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 36(5), 427-440.

Meyer, B., & Marks, R. (2010). Cognitive behavioral therapy and its effects on social anxiety in students. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(3), 349-358. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.01.007>

Murphy, K. R., & Davidshofer, C. O. (2001). *Psychological testing: Principles and applications (6th ed.)*. Prentice Hall.

Pallant, J. (2016). *SPSS survival manual (6th ed.)*. McGraw-Hill Education.

Rodebaugh, T. L., Heimberg, R. G., & Norton, P. J. (2004). The role of safety behaviors in the maintenance of social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 42(3), 329-338.

World Health Organization [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders?utm_source=chatgpt.com)

فصلية مُحكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد ( ١٨ ) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

الذَّكْوَاءُ البَيْضُ

## Al-Thakawat Al-Biedh Magazine

Website address

White Males Magazine

Republic of Iraq

Baghdad / Bab Al-Muadham

Opposite the Ministry of Health

Department of Research and Studies

Communications

managing editor

07739183761

P.O. Box: 33001

International standard number

ISSN 2786-1763

Deposit number

In the House of Books and Documents

(1125)

For the year 2021

e-mail

Email

off reserch@sed.gov.iq

hus65in@gmail.com



**general supervisor**

**Ammar Musa Taher Al Musawi**

**Director General of Research and Studies Department**

**editor**

**Mr. Dr. fayiz hatu alsharae**

**managing editor**

**Hussein Ali Mohammed Al-Hasani**

**Editorial staff**

**Mr. Dr. Abd al-Ridha Bahiya Dawood**

**Mr. Dr. Hassan Mandil Al-Aqili**

**Prof. Dr. Nidal Hanash Al-Saedy**

**a.m.d. Aqil Abbas Al-Rikan**

**a.m.d. Ahmed Hussain Hai**

**a.m.d. Safaa Abdullah Burhan**

**Mother. Dr.. Hamid Jassim Aboud Al-Gharabi**

**Dr. Muwaffaq Sabry Al-Saedy**

**M.D. Fadel Mohammed Reda Al-Shara**

**Dr. Tarek Odeh Mary**

**M.D. Nawzad Safarbakhsh**

**Prof. Nouredine Abu Leahya / Algeria**

**Mr. Dr. Jamal Shalaby/ Jordan**

**Mr. Dr. Mohammad Khaqani / Iran**

**Mr. Dr. Maha Khair Bey Nasser / Lebanon**